小学4年　体育

体の発育・発達

体は 年れいと ともに 変わる

自分で 考えて 書きましょう。わからない ときは、QRコードで 動画の 場面を 見よう。

(1) 「夜 おそくまで 起きて いる」「外で 体を 動かす」「好ききらい せずに 食べる」の 中で、体を よりよく 育てるために 見直すと よいのは どれですか。

動画で 見る
場面 3
「よりよく 育つ ために」

(2) 身長が よく のびる 時期や のび方が 一人一人 ちがう ことを 何と いいますか。

動画で 見る
場面 2
「一人一人 ちがう」

小学4年　体育　答え

体の発育・発達

体は 年れいと ともに 変わる

1 「夜 おそくまで 起きて いる」「外で 体を 動かす」「好ききらい せずに 食べる」の 中で、体を よりよく 育てるために 見直すと よいのは どれですか。

ヒント 運動・食事・休養・すいみんを 思い出そう。

答え **「夜 おそくまで 起きて いる」です。すいみんが 少なく なるので、早く ねるように しましょう。**

2 身長が よく のびる 時期や のび方が 一人一人 ちがう ことを 何と いいますか。

ヒント 「こじん」から はじまります。

答え **個人差です。**